



Erzabtei St. Martin
Beuron



Endlich-Ruhe- finden-Kurs im Kloster Beuron



**Samstag, 14. November bis
Freitag, 20. November 2026**

mit Petra Müssig

**Samstag, 14. November bis
Freitag, 20. November 2026**

Endlich-Ruhe- finden-Kurs im Kloster Beuron



In dieser heiter-besinnlichen Kurswoche erwarten Sie verschiedene Achtsamkeitsübungen, Meditationen im Sitzen, sanfte Körperübungen im Liegen, Stehen und Gehen, sowie bewusst gestaltete Naturerlebnisse.

Darüber hinaus gibt es eine Reihe leicht verständlicher Vorträge über wissenschaftlich gut belegte Hintergründe und Wege zu mehr Lebensfreude und Gelassenheit

sowie zu den „Luxusgütern unserer Zeit“: Ruhe, Stille und Zeit.

Die Erzabtei Beuron ist ein in wunderschöner Natur gelegener Ort der Stille und der Einkehr und bietet den idealen Rahmen, um zur Ruhe zu kommen und sich auf das Wesentliche zu besinnen.

Die Teilnehmerzahl auf 15 begrenzt.



Petra Müsing, zertifizierte Lehrerin für Achtsamkeitsbasierte Stressreduktion (MBSR), Gesundheitspädagogin SKA.



Anmeldung und weitere Informationen:
per E-Mail: gastpater@erzabtei-beuron.de
Tel.: 07466 / 17-158
[www.erzabtei-beuron.de/veranstaltung/
endlich-ruhe-finden](http://www.erzabtei-beuron.de/veranstaltung/endlich-ruhe-finden)